東京ジャーミイ金曜日のホタバ
2006年9月22日

斎戒

ムスリムの皆様。ラマダーン月に斎戒（サウム）を行なうことは、イスラームの五つの基本のうちの一つです。斎戒とは、アッラーのご満悦を得る為のイバーダとして、日中食事を取らず、性的接触なども避けることによって行なわれます。全てにザカートがあるように、体のザカートが斎戒なのです。斎戒は、アッラーが私達にお与え下さった無限の恵みに対する私達の感謝を明らかにするものです。斎戒は、忍耐を必要とするものです。自我の鍛錬を行い、罪を犯すことを防ぎます。人を善へと方向付け、素晴らしい徳へと至らせます。だからアッラーは、この世に下された全ての教えにおいて斎戒を命じられたのです。クルアーンでは次のように説かれています。「信仰する者よ、あなたがた以前の者に定められたようにあなたがたに斎戒が定められた。恐らくあなたがたは主を畏れるであろう。」（雌牛章第１８３節）

親愛なるムスリムの皆様。自我は、善に対する傾向も悪に対する傾向も持っています。もし人が神の命令に耳を貸し、それに従った方向へ進めば、アッラーのご満悦に至ることができます。もし自我の望むままに進めば、その道は人を罪の底なし沼へと導きます。預言者ムハンマドは、斎戒のこの側面を次のように説いておられます。「斎戒は一つの盾である。斎戒を行なっている人は悪い言葉を語るべきではない。彼自身と口論し、喧嘩をしようとする人がいれば、二度、私は斎戒を行なっている、と言うように。」「断食は我の為である。我はそれに対し報奨を与える。その者は欲望と食べ物を我の為に避けた。断食者の口臭の変化はアッラーにとっては麝香の香りより優る。それ以外のイバーダの全ては、その報酬が１０倍となって与えられる。」

親愛なるムスリムの皆様。アッラーのご満悦の為に行なわれた斎戒は、人を罪から遠ざけ、同時にその心によい感情を芽吹かせます。そしてその集団にやすらぎと安定をもたらすのです。ムスリムが、特に斎戒中に罪を犯すことは、斎戒の精神と英知に反するものとなります。預言者ムハンマドはこの点について次のように説かれておられます。「人が嘘や中傷、陰口を放棄しなければ、アッラーはその人が飲み食いを放棄したことに価値を与えられない。」

さらに斎戒は、貧困がいかにつらいものであるか、貧窮のうちにある人がどれほどの援助と慈しみを必要としているかを人に認識させます。相互援助の精神を活気付かせ、貧者に救いの手を差し伸べるきっかけとなります。

斎戒は、精神的、肉体的健康という観点からも多くの益をもたらすものであるということも忘れてはいけないでしょう。預言者ムハンマドは「斎戒を行いなさい、健康でありなさい。」とおっしゃられているのです。